

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang disajikan pada bab sebelumnya, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden mayoritas berumur 25 tahun.
2. Responden mayoritas memiliki pengetahuan pencegahan cedera
3. Responden mayoritas kurang pemahaman penanganan cedera yang tepat
4. Responden mayoritas memiliki perilaku aktifitas olahraga yang tinggi
5. Ada hubungan antara pengetahuan atlet futsal tentang pertolongan pertama saat mengalami cedera sprain di lapangan futsal novoga pipit.

B. SARAN

1. **Bagi Ilmu Pengetahuan (Pendidikan)**
Bagi peneliti selanjutnya dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian mengenai cedera sprain.
2. **Bagi Masyarakat**
Memberikan pengetahuan serta informasi kepada masyarakat tentang pengetahuan atlet futsal dengan pertolongan pertama saat mengalami cedera sprain.
3. **Bagi Instansi Tempat Meneliti**
Memberikan informasi tentang, pentingnya pemahaman atlet futsal terhadap pertolongan pertama pada saat mengalami cedera sprain yang dapat digunakan untuk pedoman pengembangan program-program latihan juga mengikuti kompetisi yang berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan atlet tersebut.